



SOLUCIÓN DE 7 DÍAS "ENFOCADA" EN ABDOMINALES

QUEMA RÁPIDAMENTE LAS GRASAS ABDOMINALES & DEL VIENTRE BAJO EN SÓLO 7 DÍAS

POR SHAUN & KAREN HANDSALL

SHAUN & KAREN HANDSALL

DESCARGAR PROGRAMA COMPLETO CLICK AQUI





* **¿Sabías esto?** Los ejercicios aeróbicos "lentos" tradicionales (la cinta caminadora, las máquinas elípticas y las bicicletas fijas) son el PEOR ejercicio para tu grasa abdominal, porque PROGRAMAN A TU CUERPO para quemar sólo comida y azúcares – *en lugar* de quemar las feas grasas.

* **La Solución Permanente:** A pesar de lo que hayas leído en las revistas o visto en la TV... NO necesitas ejercitar en tu 'zona de ritmo cardíaco' por 20,30,40 minutos o más... o destrozar a tu cuerpo con un alocado DVD de ejercitación en casa para poder quemar la grasa del estómago. Ni cerca.

* **¿Sabías esto?** Las sesiones de ejercicio que duran más de 20-30 minutos te ponen bajo un dañino estrés y una seria PRESIÓN[1], sobre exigiendo a tu corazón, dañando tus células y *envejeciendo* a tu cuerpo a un ritmo acelerado[2]... haciendo que cada vez sea más difícil que tu cuerpo use grasas como combustible.[3]

* **La Solución Permanente:** Puedes fácilmente REVERTIR este círculo vicioso, pudiendo rápidamente "ver" cómo se aplana tu vientre en MENOS de 7 días, a partir de hoy. Este no es un milagroso aparato para los abdominales, y TAMPOCO requiere de píldoras de dieta o costosos suplementos como descubrirás más abajo.

ADEMÁS: Sólo necesitas 12 minutos, muchas veces incluso MENOS.



"Tengo 55 años, **¡y creo totalmente!** Los resultados de mi esposa y de mi hija también fueron fantásticos".

Hola Shaun y Karen,
Muchas gracias por el programa de la Solución Enfocada en Abdominales. Sólo quería enviarles mis fotografías del antes y el después de este desafío en el que me embarqué. Tengo 55 años, comencé con el programa el 13 de Enero y lo usé hasta el 4 de Abril de 2013 - MENOS de 90 días. ¡Creo totalmente!

Mi esposa y mi hija completaron el programa junto a mí, y sus resultados también fueron fantásticos, así que ahora toda la familia somos grandes seguidores de este programa.

Nuevamente, muchas gracias por todo lo que hacen por personas como yo y mi familia.

Aloha,

Stanton

"Este plan es uno de los más fáciles, más informativos y más provechosos planes de nutrición y ejercicio que haya visto. Te enseña la manera correcta de comer las comidas que adoras. Este oficialmente se ha convertido en mi nuevo estilo de vida, ¡y lo amo!"

"No es fácil para tu cuerpo comenzar una familia en tus 30 años.

Luego de tener a mi segundo hijo tenía sobrepeso, estaba cansada y muy poco feliz. Parecía que quitarse ese peso extra era mucho más difícil, más aún no recuperarlo. Intenté con muchas dietas sólo con resultados "buenos", pero en poco tiempo recuperaba el peso perdido. No tenía tempo de ir al gimnasio como antes, y me sentía muy desalentada. Luego, me encontré con la Solución Enfocada en Abdominales, y no podría estar más agradecida por ello.



El plan es uno de los más fáciles, informativos y provechosos planes de nutrición y ejercicio que haya visto. Es provechoso no sólo por los geniales resultados, sino porque te enseña la manera correcta de comer las comidas que amas. Finalmente comprendí qué necesito hacer para mantener lejos el peso perdido. Nunca más volveré a buscar otra dieta".

Este se ha convertido oficialmente en mi nuevo estilo de vida, ¡y lo amo!"

Alissa Roark
Paramédica/Mamá

"Pude **perder 80 libras**, combatir mi hipertensión y estar en **la mejor forma de mi vida.** No sólo he resuelto mis entrenamientos y mis asuntos de salud, sino que todo mi enfoque mental y mi personalidad han cambiado para mejor".

Hace 6 meses pesaba 240 libras. Mis análisis de laboratorio fueron horrendos, y me dolían las rodillas luego de dar paseos. ¡Decidí que ya era suficiente!



Luego de 3 meses de tomar elecciones alimenticias más saludables y de hacer algunos ejercicios básicos de cardio y de intervalos, entré en un enorme estanco. Decidí probar con la Solución Enfocada en Abdominales, y me dio esas herramientas que necesitaba.

En total, **he podido perder 80 libras, combatir mi hipertensión y estar en la forma en la que nunca antes estuve (y que nunca pensé que podría tener), ni siquiera de adolescente.** He perdido un tercio de mí, y los dos tercios que quedan son los mejores - ¡y me hago más fuerte cada día!

Un enorme agradecimiento por tu guía – en verdad ERES mi coach – no sólo se trata de mis entrenamientos y asuntos de salud – **sino que mi enfoque mental completo** y, me atrevo a decir, hasta mi personalidad ha cambiado para mejor.

Tan sólo la semana pasada unas 30 personas me preguntaron cuál era mi secreto, y sólo te debo agradecer a ti **¡Desearía que todas las personas se sintieran como me siento yo ahora!**

Todo lo mejor,
Witek Kulczycki
36 años – Polonia

"Ahora tengo **más tiempo para mi familia** y para mí misma, y espero con ansias mis días LIBRES. Vivir de esta manera me ha hecho una mejor esposa, mamá y amiga porque **tengo un plan estructurado** para seguir".

"Después de estar estancada en el mismo peso por más de un año, sentía que no tenía esperanzas. Luego conocí a Shaun y me decidí por probar el sistema de Macro-patrones por algunos días.



Los resultados fueron asombrosos, así que me decidí por ponerme seria y comenzar con la Solución Enfocada En Abdominales de Shaun. ¡Perdí diez libras y quedé enganchada! Todo está detallado para que no haya que pensarlo. Ahora tengo más tiempo para mi familia y para mí misma, y espero con ansias mis días libres.

Recomiendo ampliamente la Solución Enfocada en Abdominales a cualquier persona que busque un sistema fácil de seguir para perder peso. Es tan fácil adherirse, que no hay manera de que jamás deje de comer y ejercitarme de este modo. Vivir de esta manera me ha hecho una mejor esposa, mamá y amiga, porque tengo un plan estructurado para seguir. Le cuento a todo el mundo sobre este genial regalo que he recibido".

Colleen Kashawlic
Coordinadora de recreación y Súper mamá

DESCARGAR PROGRAMA COMPLETO

